



Facultad de
Ciencias de la Salud
Universidad Zaragoza

Universidad de Zaragoza
Facultad de Ciencias de la Salud

Grado en Terapia Ocupacional

Curso Académico 2018 / 2019

TRABAJO FIN DE GRADO:

MEJORA DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR Y PREVENCIÓN DEL *BULLYING* A
TRAVÉS DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN EDUCACIÓN SECUNDARIA.
PROPUESTA DE UN PROGRAMA DESDE TERAPIA OCUPACIONAL

IMPROVEMENT OF SCHOOL COEXISTENCE AND PREVENTION OF
BULLYING THROUGH SOCIAL SKILLS IN SECONDARY EDUCATION. A
PROGRAM FROM OCCUPATIONAL THERAPY APPROACH

Autora: Rosa Isela Acuña Escartin

Directora: María José López de la Fuente

RESUMEN

Introducción: Según Olweus (1993) “Un estudiante es acosado cuando él o ella se encuentra expuesto, repetidamente a través del tiempo, a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes”. Uno de los grandes problemas que presentan tanto víctimas como acosadores en el *bullying*, son las dificultades de adquisición y desempeño de las habilidades sociales, que permitan encontrar soluciones asertivas a las situaciones de maltrato.

Objetivos: Se hace necesario intervenir desde Terapia Ocupacional (TO), para crear programas con el objetivo de mejorar el entorno inmediato que rodea al alumnado y de prevenir situaciones de acoso escolar a través del uso de las habilidades sociales, desde un enfoque escolar universal.

Metodología: Se llevará a cabo un programa con un grupo de 11 estudiantes de los tres primeros cursos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), pertenecientes a un colegio de Zaragoza, España.

Resultados: El análisis estadístico muestra que no hay diferencias significativas en las conductas percibidas por los alumnos por parte de sus compañeros ni en el índice de bullying. Tampoco hay cambios en las habilidades sociales, de interacción y comunicación, tras mes y medio de implementación del programa.

Discusión y conclusiones: Se proponen mejoras o ideas a tener en cuenta en intervenciones posteriores. Pese a que no se obtuvieron cambios significativos, considerando los posibles sesgos del presente estudio, se reafirma el rol del terapeuta ocupacional en la prevención del *bullying*.

Palabras clave: *bullying*, entorno escolar positivo, terapia ocupacional, habilidades sociales, prevención, convivencia escolar.

ABSTRACT

Introduction: "A student is harassed when he or she is exposed, repeatedly over time, to negative actions by one or more students. One of the great problems presented by both victims and bullies in bullying are the difficulties of acquiring and performing social skills that allow finding assertive solutions to situations of mistreatment.

Objectives: It is necessary to intervene from Occupational Therapy (OT), to create programs with the aim of improving the immediate environment surrounding the students and to prevent situations of bullying by using social skills, from a universal school approach.

Methodology: A program will be carried out with a group of 11 students from the first three years of ESO belonging to a school in Zaragoza, Spain.

Results: The statistical analysis shows that there are no significant differences in the behavior perceived by students by their peers or in the bullying rate. There were also no changes in social, interaction and communication skills after a month and a half of program implementation.

Discussion and conclusions: Improvements or ideas are proposed to be taken into account in later interventions. Although no significant changes were obtained, considering the possible biases of the present study, the role of the occupational therapist in the prevention of bullying is reaffirmed.

Key words: bullying, entorno escolar, terapia ocupacional, habilidades sociales, entorno escolar positivo, participación social, prevención, convivencia escolar.

INDICE

1.INTRODUCCIÓN	1
2. METODOLOGÍA.....	5
2.1 Procedimiento	5
2.2 Instrumentos de evaluación utilizados	5
2.2.1 Instrumentos para evaluación de los participantes.....	5
2.2.2 Instrumentos de evaluación del programa	7
3. DESARROLLO	8
3.1 Resultados de la Evaluación Inicial	8
3.2. Objetivos de la intervención	11
3.3 Acciones/actuaciones del programa	12
3.4 Recursos necesarios	13
4.DESARROLLO (II)	14
4.1 Evaluación del proceso	14
4.2 Evaluación del programa y de satisfacción.....	17
5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	19
6. AGRADECIMIENTOS	21
7. BIBLIOGRAFÍA	22
8. ANEXOS	25

1.INTRODUCCIÓN

El deterioro progresivo de la convivencia escolar ha hecho más visible la violencia presente en los colegios. El *bullying* o acoso escolar es un complejo fenómeno social, considerado como una de las formas de violencia más comunes en el entorno escolar actual, por ello, cada vez más instituciones educativas adoptan programas de prevención y reducción del acoso escolar, con el objetivo de crear ambientes educativos seguros emocional y físicamente para el aprendizaje de los alumnos.

Actualmente en España, se registra un aumento del 20% en las cifras de casos graves de *bullying* en los colegios según el informe 'Mediación escolar como método de resolución de conflicto en las aulas' elaborado por la Universidad Internacional de Valencia ⁽¹⁾⁽²⁾.

Según Olweus (1993) "Un estudiante es acosado cuando él o ella se encuentra expuesto, repetidamente a través del tiempo, a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes" ⁽³⁾. El *bullying* puede manifestarse de diversas formas: burlas, exclusión social, agresiones verbales, físicas o psicológicas. Tiende a estar provocado por un alumno, apoyado por un grupo, contra una o varias víctimas indefensas ⁽⁴⁾⁽⁵⁾.

El acoso escolar implica tres protagonistas ("triángulo de *bullying*"):

- **Las víctimas de *bullying*** muestran síntomas como absentismo y deficiente desempeño académico. Así como también, altos niveles de depresión y ansiedad. Se sienten diferentes a los demás, por no estar integradas plenamente en un grupo de compañeros y presentan conductas de indefensión.
- **Los niños acosadores o bullies**, generalmente son dominantes y suelen actuar cuando no hay adultos cerca. Normalmente son "populares" en la escuela y muestran una baja tolerancia hacia las diferencias (etnia, género, cultura, clase social, orientación sexual, etc.). Presentan un pobre ajuste al currículum escolar.
- **Los espectadores** de la situación de acoso pueden experimentar miedo, tristeza, enfado o culpa. Pese a que experimenten estas sensaciones negativas, podrían llegar a unirse a la situación de acoso apoyando al acosador, reírse, o actuar pasivamente en lugar de intervenir para ayudar al compañero que está siendo víctima de acoso.

Rodríguez (2004): *"No todos los bullies tienen el mismo estilo: algunos usan la fuerza física y molestan hasta llegar al acoso mediante golpes, patadas o empujones; otros en cambio, no lo hacen tan abiertamente son más reservados y manipuladores y tratan de ejercer control mediante la persuasión y la mentira"* ⁽⁶⁾.

Los tres mayores tipos de bullying son:

- **Bullying o acoso directo:** Actos de agresión física (golpes, poner la zancadilla, escupir, etc.) o verbal (llamadas telefónicas ofensivas, amenazas, comentarios crueles o difusión de rumores falsos, etc.). El agresor busca ver a la víctima vulnerable ante su presencia.
- **Bullying o acoso indirecto:** Exclusión directa, premeditada y sistemática a un compañero/s. Lo ignoran o aíslan, envían (normalmente de manera anónima) notas ofensivas, y pueden hacer que los demás estudiantes sientan aversión hacia la víctima de *bullying*.
- **Ciberbullying:** Es el tipo de *bullying* más novedoso, debido a los grandes avances tecnológicos. No hay confrontación física y esto da lugar al anonimato del agresor y a la humillación pública de la víctima. El agresor le envía mensajes en forma de difamaciones, humillaciones y amenazas masivas.

Las consecuencias más directas del bullying son las escolares: Miedo y rechazo a ir a la escuela, disminución del rendimiento y mayor probabilidad de fracaso escolar; las personales: Afectación del autoestima, conducta y apariencia física. En casos extremos, pueden aparecer ideas o intentos suicidas; y las consecuencias sociales: Pérdida de roles y aislamiento, además de posibles dificultades para establecer relaciones sociales ^{(2) (6)}.

Para que no se manifiesten este tipo de conductas, es clave la fase de prevención. En esta fase pueden actuar profesiones sociosanitarias como la Terapia Ocupacional (TO), la cual analiza los patrones de desempeño, el entorno, las demandas de la actividad y las características del niño para luego intervenir en el entorno escolar ⁽⁷⁾. El *bullying* es un área emergente en el campo teórico-práctico de la profesión. Según la AOTA "Los terapeutas ocupacionales tienen el deber social de tener conocimientos especializados para responder a la violencia juvenil mediante la promoción de la salud y el bienestar general de los jóvenes" ⁽⁸⁾.

Los principales enfoques de actuación del terapeuta ocupacional en las situaciones de *bullying* o acoso escolar son:

1.Enfoque escolar universal: Abarca una variedad de estrategias: formación de los docentes, reglas para toda la escuela, planes de estudio y estrategias de gestión, educación para los padres, entre otras.

Los estudiantes con mayor competencia de aprendizaje social y emocional son menos propensos a ser agresores, objetos de la intimidación, o espectadores pasivos. La prevención del *bullying* dentro de un marco de aprendizaje socioemocional promueve un entorno escolar positivo e interacciones positivas entre pares.

2.Estrategias enfocadas en los estudiantes en riesgo de intimidación:

El terapeuta ocupacional puede ayudar al alumnado a identificar sus intereses y a unirse a un club o grupo después de la escuela para desarrollar amistades con intereses similares y utilizar estrategias de entrenamiento para aquellos que son reacios a las interacciones sociales.

3.Servicios intensivos e individualizados cuando el terapeuta ve u oye la intimidación: Se pueden dar durante o después de la situación de acoso. El TO puede actuar proporcionando estrategias para todos los actores o participantes de la situación, para prevenir su repetición ⁽⁴⁾.

Teniendo en cuenta las características del *bullying* y el impacto que tiene en los individuos afectados, se ha considerado trabajar principalmente la participación social que, de acuerdo con el Marco de Trabajo para la Práctica de Terapia Ocupacional, "Es un patrón de comportamiento organizado característico y esperado de un individuo o de una posición determinada dentro de un sistema social" ⁽⁹⁾. Como herramienta para trabajar la participación social, encontramos las habilidades sociales, que se aprenden a lo largo de la vida mediante la combinación de dos procesos paralelos: el desarrollo de la persona y el proceso de aprendizaje, que permite a las personas adaptarse de manera constante a las diferentes situaciones de interrelación en las que continuamente se encuentran ⁽¹⁰⁾.

Uno de los problemas que presentan los participantes del *bullying*, son las dificultades de relación y uso de habilidades sociales, que permitan encontrar soluciones asertivas a las situaciones de maltrato y que fomenten la escucha, la

empatía, la correcta expresión de emociones, etc⁽⁵⁾. Cuando en Terapia Ocupacional se pretende mejorar los contextos ocupacionales del alumnado en el entorno escolar, al mismo tiempo se promueve el respeto por los derechos y las particularidades individuales de cada uno, incorporando acciones relevantes en la convivencia diaria ⁽¹¹⁾.

En el presente trabajo, se pretende llevar a cabo un programa de T.O, donde, trabajando las habilidades sociales, se favorezca la convivencia escolar. Se tomará una muestra de estudiantes de un colegio concertado de la ciudad de Zaragoza, pertenecientes a los tres primeros grados de Educación Secundaria Obligatoria (ESO). El programa estará basado en dos modelos teóricos: El **Modelo de Ocupación Humana (MOHO)**, que considera que hay una estrecha vinculación entre las características de la persona y las de su entorno y, además, aborda la promoción de la participación ocupacional en diferentes contextos y con personas de diversas capacidades y realidades ambientales ⁽¹²⁾ ⁽¹³⁾. También se utilizará el **Modelo constructivo de convivencia para prevenir la violencia (MCC)**, que fue desarrollado para evaluar la convivencia escolar en todas las áreas de educación. Integra la prevención de la violencia injustificada (*bullying* y *ciberbullying*). Posee una línea de intervención compuesta por prevención primaria, prevención focalizada (centrada en alumnado en riesgo) e intervención directa en casos de *bullying* ⁽¹⁴⁾.

Objetivo general del trabajo: Crear un programa para prevenir las situaciones de acoso escolar en un grupo de estudiantes de secundaria utilizando las habilidades sociales, con base en un enfoque escolar universal.

Título del programa: "Mejora de la convivencia en el entorno escolar"

2. METODOLOGÍA

Para realizar la búsqueda bibliográfica del presente trabajo se han utilizado las bases de datos Google Scholar, Pubmed, Alcorze, Scielo y Dialnet. Además, se realizó una búsqueda física en la biblioteca de la Universidad de Zaragoza.

2.1 Procedimiento

En primer lugar, se realizó una reunión con la directora del centro donde se le presentó una propuesta escrita (Ver Anexo I).

Este programa va dirigido a estudiantes de los tres primeros cursos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), del Colegio Hijas de San José de Zaragoza, conformados por un total de 41 chicos y 39 chicas en 1º de ESO, 40 chicos y 41 chicas en 2º de ESO y 39 chicos y 47 chicas en 3º de ESO. Al alumnado que solicitaba hacer parte del programa voluntariamente, se le entregó un consentimiento informado (Ver Anexo II). De este modo, se recolectaron 15 participantes.

Para conocer la cronología de las tareas realizadas durante el programa (Ver Anexo III: Diagrama de Gantt).

2.2 Instrumentos de evaluación utilizados

2.2.1 Instrumentos para evaluación de los participantes

- **Datos socioculturales de la muestra:** Se recogen datos demográficos: Edad, sexo, nacionalidad/país de origen, curso al que pertenecen, personas con las que viven y número de alumnos que han repetido curso.
- **Evaluación de las Habilidades Sociales y de Comunicación /Assessment of Communication and Interaction Skills / (ACIS)** (Ver Anexo IV): Evaluación observacional propia del MOHO, útil para conocer las habilidades de comunicación e interacción de las personas durante una ocupación. Las habilidades representan tres dominios de comunicación e interacción: dominio físico, dominio intercambio de información y dominio relaciones. Estos ítems se evalúan de acuerdo a cuatro niveles de desempeño: competente (4), cuestionable (3), inefectivo (2) y deficiente (1) ⁽¹⁵⁾.

La evaluación inicial se realizó en 2 días /2 recreos y la reevaluación en 1 día/2 recreos. Esta última fue llevado a cabo después de la sesión 8.

- **Lista de chequeo “Mi vida en la escuela (Adaptada)”:** (Ver Anexo V): Útil para hacer un seguimiento periódico del posible fenómeno del *bullying*. Contiene un conjunto de 21 ítems (7 conductas positivas (CP) y 14 negativas (CN)) que el alumno puede haber recibido por parte de sus compañeros durante el último mes. Se puede adaptar según las necesidades. Es una escala de frecuencia, autoaplicable, con tres posibles respuestas (nunca (0), alguna vez (1) y más de una vez (2)).

Además de las conductas anteriores, se evalúan el índice general de agresión (IGA) que indica el clima general de convivencia y el índice de bullying (IB) que ayuda a identificar las posibles víctimas. Los ítems que informan de la existencia de estos índices son 5,7,8,14,19 y 21 ⁽¹⁶⁾ ⁽¹⁷⁾.

Puntuaciones problemáticas en “Lista de chequeo: Mi vida en la escuela”	
Puntuaciones directas CP	≤ 4
Puntuaciones directas CN	≥ 7
Puntuaciones directas IGA	≥ 1
Puntuaciones directas IB	≥ 1

- **Actitudes y Estrategias Cognitivas Sociales (AECS):** (Ver Anexo VI): Instrumento autoaplicable cuya finalidad es ofrecer una visión de aquellas variables que facilitan o dificultan la adaptación social de los adolescentes. Solo se utilizarán cuatro de sus nueve escalas de conducta social: Conformidad social (CON), sensibilidad social (SEN), ayuda y colaboración (AC) y agresividad (AGR).

Consta de 35 afirmaciones que se contestan con una escala tipo Likert de siete niveles de frecuencia. Para la corrección se suman los puntos obtenidos en cada escala de conducta social ⁽¹⁷⁾.

Puntuaciones problemáticas en escala “AECS”	
Puntuaciones directas	≤ 38
Puntuaciones directas CN	≤42
Puntuaciones directas IGA	≤46
Puntuaciones directas IB	≥ 30

2.2.2 Instrumentos de evaluación del programa

- **Listado de asistencia:** Se utilizará para valorar la adherencia al programa.
- **Encuesta de satisfacción:** Se pasará al finalizar el programa para conocer el grado de satisfacción y los conocimientos adquiridos por parte del alumnado (Ver Anexo VII).

3. DESARROLLO

Las fases del proceso serán: evaluación, intervención y reevaluación. En un principio, el número de participantes que aportaron el consentimiento informado eran 15, pero esta cifra se redujo debido a cuatro pérdidas, así pues, solo 11 participaron en el programa.

3.1 Resultados de la Evaluación Inicial

Tras recoger los datos socioculturales de los participantes, se puede observar en la tabla I que un 72,73% del total, pertenecían a 2º de ESO y la mayoría de las participantes tenían entre 13 y 14 años. Es destacable que solo hay un participante varón. Solo uno ha nacido en otro país de Europa y la mayoría en España.

TABLA I. Datos socioculturales

VARIABLES		Nº DE PARTICIPANTES
Curso	2º ESO	8
	3º ESO	3
Edad	13	5
	14	4
	15	2
Género	Hombre	1
	Mujer	10
Alumnos que repiten Curso	2º ESO	2
	3º ESO	1
Lugar de nacimiento	España	8
	Latinoamérica	2
	Otros países de Europa	1
Personas con las que reside	Padres	2
	Padres y hermanos	7
	Padres, hermanos y otros	2

De acuerdo con los resultados del ACIS (Tabla II), se pudo observar durante dos recreos y teniendo en cuenta que los alumnos pertenecientes a 2º de ESO compartían el mismo grupo de amigos, que en el **dominio físico**, la mayoría (72,73%) de los alumnos muestran un nivel de desempeño competente en el ítem “*maniobra*”, es decir, mueven el cuerpo en relación a otros para comunicarse, pero tienen un menor nivel de desempeño competente (45,45%) al *gesticular* o usar movimientos del cuerpo para señalar o dar énfasis.

En segundo lugar, en el dominio **intercambio de información** es destacable que el 90,91% en el ítem “*articula*” se sitúa en el nivel 4, salvo una alumna procedente de un país de habla extranjera. Solo en este dominio, hay un estudiante en el que se observa un desempeño deficiente en uno de los ítems (“*se involucra*”).

En cuanto al dominio **relaciones**, el 90,91% de alumnos “*respetan*” o se acomodan a los requerimientos de otros de forma competente. La mayor dificultad se encuentra en los ítems “*se centra*” y “*se relaciona*”.

TABLA II. Escala de Habilidades de Comunicación e Interacción (ACIS)

		NIVEL DE DESEMPEÑO *			
		4	3	2	1
DOMINIO FÍSICO	Se contacta	54,54%	36,36%	9,09%	0
	Contempla	54,54%	18,18%	27,27%	0
	Gesticula	45,45%	45,45%	9,09%	0
	Maniobra	72,73%	18,18%	9,09%	0
	Se orienta	63,64%	36,36%	0	0
	Se posiciona	54,54%	36,36%	9,09%	0
INTERCAMBIO DE INFORMACIÓN	Es asertivo	9,09%	72,73%	18,18%	0
	Articula	90,91%	9,09%	0	0
	Pregunta	54,54%	27,27%	9,09%	0
	Se involucra	27,27%	45,45%	18,18%	9,09%
	Se expresa	45,45%	54,54%	0	0
	Modula	45,45%	27,27%	27,27%	0
	Comparte	27,27%	72,73%	0	0
	Habla	100%	0	0	0
	Sostiene	27,27%	72,73%	0	0
RELACIONES	Colabora	63,64%	36,36%	0	0
	Cumple	81,82%	9,09%	9,09%	0
	Se centra	27,27%	63,64%	9,09%	0
	Se relaciona	27,27%	72,73%	0	0
	Respetan	90,91%	9,09%	0	0

Fuente: Elaboración propia

*(4): Competente; (3): Cuestionable; (2): Inefectivo; (1): Deficiente

Se realizó la prueba “Mi vida en la escuela”, cuyos resultados se registran en la tabla III, donde se muestra que la media (x) de puntuación directa en las conductas positivas es superior al punto de corte y en las conductas negativas, IGA e IB es inferior.

No obstante, las conductas negativas muestran una desviación estándar (DT) muy amplia (6,601) que puede deberse a que tres de los resultados estaban muy por encima del punto de corte.

TABLA III. Lista de chequeo “Mi vida en la escuela”				
	P. Directa CP*	P. Directa CN	P. Directa IGA	P. Directa IB
X	9	5,518	0,909	0,364
DT	1,414	6,601	1,3	0,809
Mo	10	3	0	0
Me	10	4	0	0
Pto. de corte	≤4	≥7	≥1	≥ 1

Fuente: Elaboración propia

CP: Conductas positivas; **CN:** Conductas negativas; **IGA:** Índice general de agresión; **IB:** Índice de bullying

De acuerdo con los resultados de la evaluación AECS (Tabla IV), las puntuaciones de conformidad social (CON) con lo que es socialmente correcto, de sensibilidad social (SEN), que es la tendencia del alumno a empatizar con los sentimientos ajenos y de ayuda y colaboración (AC) hacia los otros y el trabajo en común; presentan medias por encima de sus respectivos puntos de corte.

TABLA IV. AECS (Actitudes y Estrategias Cognitivas y Sociales)				
	CON*	SEN	AC	AGR
X	41,091	48,455	52,455	20,636
DT	4,392	9,202	9,873	8,891
Mo	38	49	48	14
Pto. de corte	≤38	≤42	≤46	≥30

Fuente: Elaboración propia

***CON:** Conformidad social; **SEN:** Sensibilidad social; **AC:** Ayuda y colaboración; **AGR:** Agresividad

Es destacable que, en la conformidad social, la moda (Mo) es igual al punto de corte, posiblemente porque no hubo, en general, puntuaciones muy altas en este ítem. En el caso de los ítems SEN y AC, la desviación estándar es muy alta, ya que hay un alumno con una puntuación muy por debajo del corte en cada una.

Por otra parte, la media de puntuaciones de la conducta de agresividad (AGR), que evalúa la tendencia a la expresión violenta del alumno contra personas o cosas, se sitúa por debajo del punto de corte. Una de las alumnas con puntuaciones significativamente altas en los tres primeros ítems, posee una puntuación muy baja en el ítem agresividad.

3.2. Objetivos de la intervención

Objetivo general de la intervención:

Prevenir las situaciones de acoso escolar en un grupo de estudiantes de secundaria, con base en un enfoque escolar universal, utilizando las habilidades sociales.

Objetivos específicos:

- Proporcionar al alumnado, a través de sesiones de terapia ocupacional, herramientas clave para abordar determinados problemas que se presenten en el entorno escolar con el fin de mejorar la convivencia.
- Prevenir la aparición de situaciones de acoso escolar, proporcionando a los estudiantes herramientas sociales para construir un entorno escolar positivo y dando pautas para evitar la continuación de situaciones de acoso escolar ya existentes.
- Promover espacios dinámicos y de diálogo, en los que los estudiantes interactúen y desarrollen sus habilidades sociales poniendo en práctica lo aprendido en cada una de las sesiones.

Objetivos operativos:

- Disminuir índices de agresión y *bullying* que puedan llevar a situaciones de acoso escolar en el 27% de alumnos
- Promover comportamientos asertivos en los alumnos, que impliquen una disminución de las conductas negativas recibidas por parte de sus compañeros en, al menos, un 36% de alumnos.
- Aumentar el desempeño en las habilidades sociales de "conformidad" y "sensibilidad social" en al menos el 36% de los alumnos.
- Disminuir la aparición de conductas de agresividad existentes en el 20% de los alumnos.

- Mejorar las habilidades de “intercambio de información” en el 45% de los alumnos, para que sean capaces de mantener una continuidad en las interacciones sociales de las que hagan parte en el entorno escolar, de manera “competente”.
- Conseguir que el 20% de los alumnos con desempeño “cuestionable” o “inefectivo” para dirigir o centrar la conversación y relacionarse con el resto de sus compañeros en las dinámicas de grupo, aumente su nivel de desempeño en dichos comportamientos.

3.3 Acciones/actuaciones del programa

El programa constará de 8 sesiones llevadas a cabo en horario extra-clase, durante un mes y medio aproximadamente (Ver Anexo III: Diagrama de Gantt). Cada sesión tendrá una duración de 30-45 minutos y estará compuesta por una apertura en la que se explicará a los alumnos el contenido de la misma y actividades relacionadas con los objetivos del programa.

Para conocer detalladamente el contenido de cada sesión, ver Anexo VIII.

TABLA V. Sesiones del programa “Mejora de la convivencia escolar”	
SESIÓN 1 (Presentación y evaluación)	“Así somos”
SESIÓN 2	“Entrando en materia de convivencia escolar”
SESIÓN 3	“Resolución de conflictos e introducción al acoso escolar”
SESIÓN 4	“Triángulo del bullying”
SESIÓN 5	“Ciberbullying”
SESIÓN 6	“Racismo y sexismo en el entorno escolar”
SESIÓN 7	“Mi asertividad”
SESIÓN 8 (Reevaluación y encuesta de satisfacción)	“Sesión final”

Fuente: Elaboración propia

Objetivos del programa:

- Lograr que el 72% de los alumnos asistan al menos a la mitad de las sesiones del programa.
- Crear un espacio en el que al menos el 90% de los alumnos se sienta respetado y aporte sus ideas de forma que se sienta escuchado y valorado.
- Conseguir que el 75% de los alumnos conozcan el término *bullying*, sus participantes y soluciones que pueden aportar a dichas situaciones como miembros del entorno escolar.
- Lograr que el 90% de los alumnos consideren la importancia de trasladar lo aprendido a su vida diaria.

3.4 Recursos necesarios

- Recursos humanos: Una terapeuta ocupacional
- Recursos materiales: Aula del colegio, material audiovisual (ordenador, proyector...), folios y material de escritura.

4.DESARROLLO (II)

4.1 Evaluación del proceso

Tras las 8 sesiones, se realiza una reevaluación utilizando tres de los cuatro instrumentos de evaluación iniciales.

En la reevaluación de "Mi vida en la escuela" (tabla VI), se observa un pequeño aumento en las conductas positivas. Las conductas negativas aumentan, pero la desviación estándar disminuye. El IGA e IB disminuyen, pero sigue sin ser significativo.

Con ayuda de un profesional estadístico, se utilizó el programa "R" para comprobar la igualdad de varianzas y realizar el test no paramétrico Mann-Whitney-Wilcoxon con el fin de estudiar la igualdad de medianas (Me). Se concluye que el p-valor (p) es mayor que 0,05 en los cuatro ítems de la tabla, por lo que no hay evidencias estadísticas para demostrar que hay diferencias significativas entre la puntuación de cada ítem, antes y después del programa.

TABLA VI. Reevaluación de Lista de chequeo "Mi vida en la escuela"								
	CP*		CN		IGA		IB	
	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final
X	9	10	5,518	5,545	0,909	0,727	0,364	0,091
DT	1,414	2,049	6,601	3,984	1,3	1,489	0,809	0,302
M _o	10	10	3	3	0	0	0	0
Me	10	10	4	5	0	0	0	0
P	0,267		0,799		1		0,371	
Pto. de corte	≤4		≥7		≥1		≥ 1	
Fuente: Elaboración propia								
CP: Conductas positivas; CN: Conductas negativas; IGA: Índice general de agresión; IB: Índice de bullying								

De acuerdo con la tabla VII, la reevaluación del cuestionario AECS no muestra cambios significativos en ninguno de los ítems. Sin embargo, cabe resaltar que el ítem "Ayuda y Colaboración" muestra un aumento de la media y una disminución de la desviación estándar.

Tras realizar el análisis descriptivo de los resultados de la tabla VII, se crean dos grupos estadísticos: nivel alto (CON, SEN y AC) y nivel bajo (AGR) y estudiaremos si existen diferencias significativas entre las conductas antes y después de la implementación del programa.

Tabla VII. Reevaluación AECS (Actitudes y Estrategias Cognitivas Sociales)								
	CON*		SEN		AC		AGR	
	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final
x	41,091	41,364	48,455	48,909	52,455	54,364	20,636	21,545
DT	4,392	5,085	9,202	9,137	9,873	6,531	8,891	8,054
Mo	38	38	49	49	48	48	14	15
Pto. de corte	≤38		≤42		≤46		≥30	

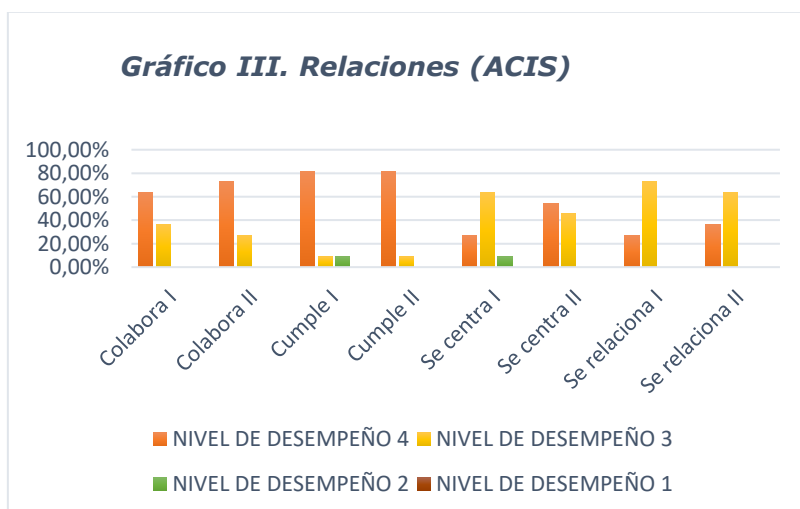
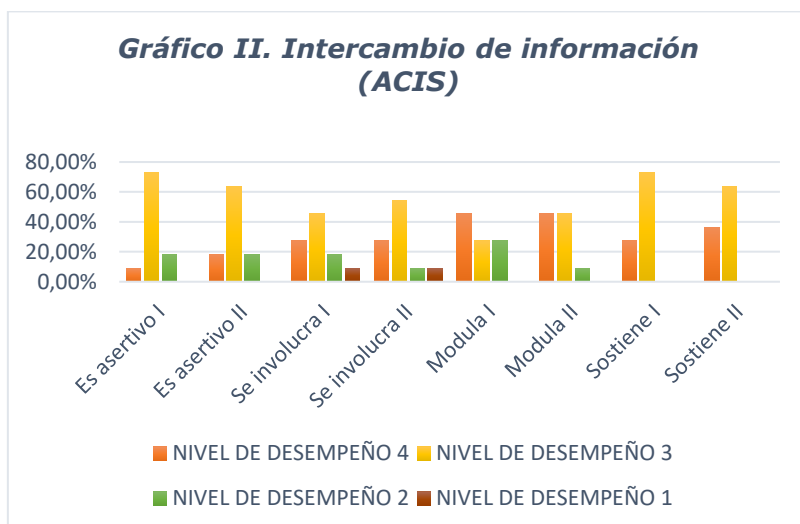
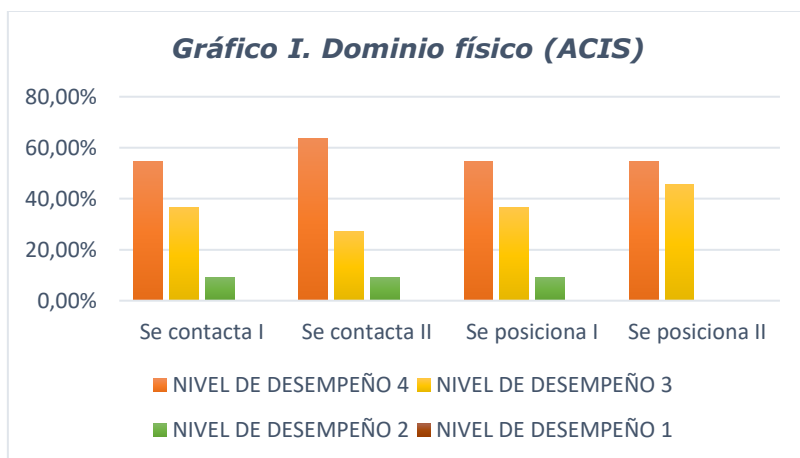
Fuente: Elaboración propia

***CON:** Conformidad **social**; **SEN:** Sensibilidad social; **AC:** Ayuda y colaboración; **AGR:** Agresividad

Una vez realizado el conteo de personas que presentan niveles superiores o inferiores al corte, mediante tablas de contingencia, se aplica el Test de Fisher. Se concluye que no existen diferencias significativas entre los niveles (bajo y alto) de las conductas y la aplicación del programa (Tabla VIII).

	TABLA VIII. P-valor AECS			
	CON	SEN	AC	AGR
p	1	1	1	1

En los gráficos I, II y III se muestran los ítems de cada dominio del ACIS, que han sufrido cambios respecto a la evaluación inicial, aunque, estos cambios no son significativos.

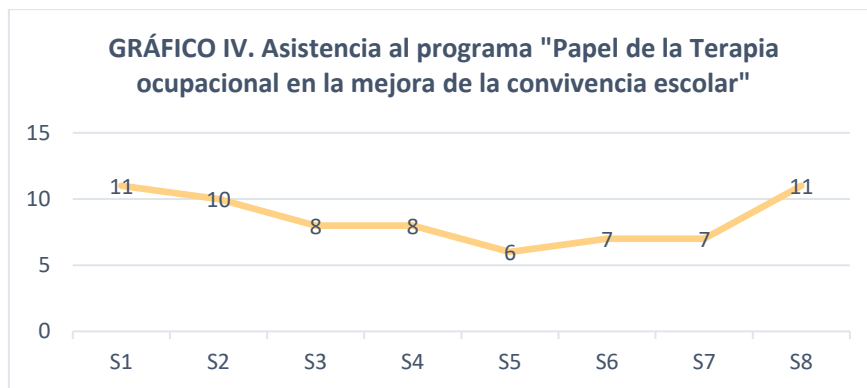


Fuente: Elaboración propia

4.2 Evaluación del programa y de satisfacción

- Listado de asistencia al programa:

Conforme se puede observar en el gráfico IV, las sesiones con más concurrencia de alumnado han sido las sesiones 1 y 8 que corresponden a la evaluación y reevaluación. La sesión a la que asistieron menor cantidad de alumnos fue a la sesión 5.

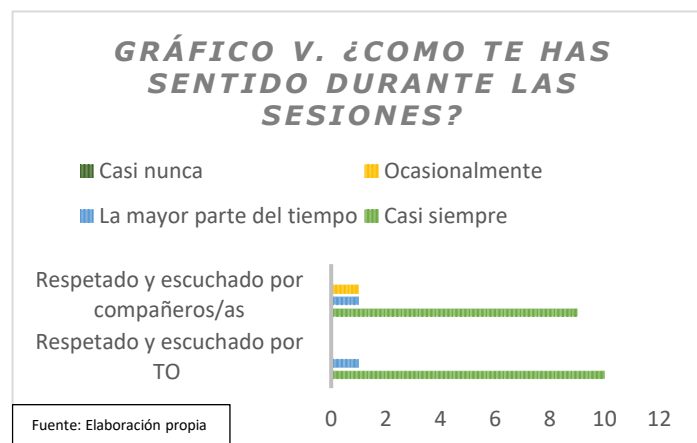


Fuente: Elaboración propia

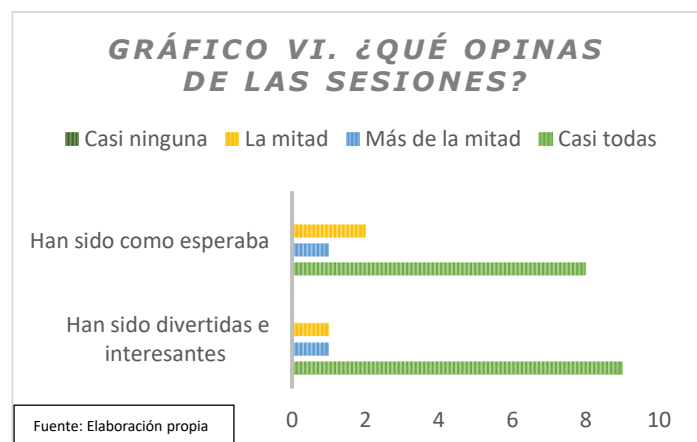
- Encuesta de satisfacción

La conformidad de los alumnos con el trato recibido durante el programa se describe en el gráfico V. En el gráfico VI se puede observar la opinión general de las sesiones.

La encuesta también arrojó que el total de la muestra considera que el programa le servirá en su vida diaria y lo recomendaría a otras personas.



Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia

Al preguntar a los participantes a través del método de respuesta libre, un 81,81% afirmó no haberse sentido incómodo durante en algún

momento de las sesiones ni tener dudas acerca del término "*bullying*" y un 18,18% no contestó a ninguna de las dos cuestiones. Un 63,64% afirmó que la sesión 3 "Resolución de conflictos e introducción al acoso escolar" era la que más les había gustado, a un 18,18% la sesión 1 "Así somos", a un 9,09% la sesión 4 "Triángulo del bullying" y al porcentaje restante la sesión 7 "Mi asertividad".

5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Parece que según el programa “The Bully Busters Program”, realizado en América, es más importante la prevención del *bullying* y el aumento de la seguridad del entorno escolar en todo el grupo de clase que la implementación de programas preventivos individualizados ⁽¹⁸⁾.

Existen muchos estudios que comprueban la importancia de las habilidades sociales en la prevención del acoso escolar. Uno de ellos, realizado en México, relaciona cada rol del *bullying* con un déficit en una determinada habilidad social. Por ejemplo, el alumno víctima presenta déficit para generar soluciones adecuadas ante situaciones problemáticas ⁽¹⁹⁾.

Ciñéndonos a los resultados obtenidos tras la evaluación e implementación del programa, vemos que, del total de los participantes del programa, solo uno era varón; debido a este factor, fue complicado contrastar los resultados por sexos, ya que estadísticamente la relación entre hombres y mujeres es muy pequeña. Cerezo (2001) afirma que el *bullying* es menos común en las chicas, y ya que en el presente estudio componen la mayoría de la muestra, puede ser un motivo de sesgo en los resultados.

En investigaciones previas, se ha considerado la existencia de más víctimas de *bullying* de nacionalidad extranjera y de acosadores con un perfil de alumno repetidor de curso ⁽²⁰⁾. En este estudio, estos perfiles se evidencian los resultados del índice de bullying (IB) y de conductas de agresividad (AGR).

Llama la atención la baja puntuación en agresividad de una de las alumnas, ya que hay estudios que afirman que cierto nivel de agresividad no es patológico o problemático, catalogándola como una habilidad social necesaria ⁽²¹⁾.

En cuanto al programa en general, es destacable que la mayoría del alumnado mostró preferencia por la sesión 3 “Resolución de conflictos e introducción al acoso escolar” cuya dinámica estaba centrada en un role-playing, que es una de las técnicas más utilizadas en la mayoría de programas de prevención del bullying ⁽²²⁾. El total de la muestra afirma conocer el término “*bullying*” al final del programa, pero al inicio, relacionan este concepto con violencia física. A través de un estudio exploratorio en Colombia y teniendo en cuenta resultados de otros países, se encontró que la forma de agresión más frecuente es la agresión verbal, que, al no

ser directamente física, ocurre delante de compañeros o profesores pudiendo pasar inadvertida ⁽²³⁾.

En programas posteriores sería interesante realizar una intervención interdisciplinar transversal para abordar el fenómeno del *bullying* desde diferentes perspectivas, incluyendo a las familias. Y de la misma forma se podría reincidir más en la educación en nuevas tecnologías, previniendo situaciones de *ciberbullying*.

En conclusión, se han conseguido los objetivos del programa en su totalidad. Aunque no se han obtenido resultados estadísticamente significativos en la intervención, posiblemente debido a sesgos producidos por la participación voluntaria de los alumnos, la escasez de la muestra (11 de 247 alumnos que cumplían los criterios de inclusión) y la poca duración del programa; podemos considerar que el terapeuta ocupacional puede aportar a los estudiantes, herramientas para fomentar un entorno escolar positivo y una participación social adecuada, ya que en la juventud, los intereses, motivación y causalidad personal se ven influidos por la dualidad persona-entorno escolar. Además, es nuestro deber como profesionales, responder a las necesidades actuales de niños y jóvenes. Una de ellas es el *bullying*, que cada día está más oculto y camuflado por las tecnologías y la poca comunicación.

6. AGRADECIMIENTOS

Agradezco especialmente a los alumnos y la directora de secundaria del Colegio Hijas de San José, por su colaboración. También a la profesional estadística, que fue de gran ayuda para la interpretación y análisis de los resultados.

7. BIBLIOGRAFÍA

1. Thornberg R. 'She's Weird!'- the social construction of bullying in school: A review of qualitative research. Child Soc. [Internet] 2011 [Consultado 7 ene 2019];25(4):258-67. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/229962622_'She's_Weird'-_The_Social_Construction_of_Bullying_in_School_A_Review_of_Qualitative_Research/download
2. Los casos graves de 'bullying' aumentan un 20% al año en España hasta 1.475 en 2017, según un estudio de la VIU [Internet]. europapress.es. 2019 [Consultado 7 ene 2019]. Disponible en: <https://www.europapress.es/sociedad/noticia-casos-graves-bullying-aumentan-20-ano-espana-1475-2017-estudio-viu-20180912183744.html>
3. Universidad Intercontinental (Mexico City M, Martínez CAA). [Bullying y violencia escolar: diferencias, similitudes, actores, consecuencias y origen](#). Rev Intercont Psicol y Educ [Internet]. 2015 [Consultado 1 jun 2019];17(2):9-38. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80247939002>
4. 1American Occupational Therapy Association. Occupational therapy's role in mental health promotion, prevention and intervention with children and youth. Bullying prevention and friendship promotion [Internet]. American Occupational Therapy Association AOTA 2013 p. 1-3. Disponible en: <https://www.aota.org/~/media/Corporate/Files/Practice/Children/SchoolMHToolkit/BullyingPreventionInfoSheet.pdf>
5. Martínez J, Ganem A, Contreras MM, Leal E, Soto M, Fernández J. Prevalencia y factores de riesgo para ser Víctima de bullying en escolares de 8 a 12 años De edad en una escuela pública. Rev Chil Ter Ocup. [Internet].2014[Consultado 7 ene 2019];14(1):81. Disponible en: <https://revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/32392/34186>
6. Morales A, Pindo M. "Tipos De Acoso Escolar Entre Pares En El Colegio Nacional Mixto Miguel Merchán Ochoa" [Tesis en Internet]. 2014

- [Consultado 7 ene 2019]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/5042>
7. Begoña DGG. TERAPIA OCUPACIONAL EN LA ESCUELA : DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA OCCUPATIONAL THERAPY IN SCHOOL : FROM THEORY TO PRACTICE Introducción. TOG [Internet] 2015 [Consultado 8 ene 2019] ;115-26. Disponible en: <http://www.revistatog.com/mono/num7/escuela.pdf>
 8. Schwencke A, Swinth Y.(dir.). Think Twice, Play Nice: Occupational Therapy Tool to Reduce Social Bullying In A School Setting. [Tesis en Internet]. [Tacoma, Washington]: University of Puget Sound; 2013. [Consultado 7 ene 2019] Disponible en: https://soundideas.pugetsound.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1085&context=ms_occ_therapy
 9. American Occupational Therapy Association. (2014). Occupational therapy practice framework: Domain and process (3rd ed.)American Journal of Occupational Therapy, 68(Suppl.1), 1–48. <http://dx.doi.org/10.5014/ajot.2014.682006>
 10. Nus P., Muñoz L., Palomar L., Arteaga L. Habilidades de autonomía personal y social. 4º ed. Editorial Altamar; 2004.
 11. Véliz R. V., Uribe-Echevarría M.L. Aportes de la terapia ocupacional al contexto educacional inclusivo: interrelación entre el enfoque psicosocial, la teoría de integración sensorial y acciones de atención temprana. Revista Chilena de Terapia Ocupacional [Internet]. 2009 [Consultado 20 feb 2019]. (9);1-14. Disponible en: <https://revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/87/70>.
 12. Boyt Schell B. Gillen G., Scaffa M. WILLARD AND SPACKMAN: TERAPIA OCUPACIONAL. 12 ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2011. 1294 p.
 13. De las Heras De Pablo C. G. Modelo de Ocupación Humana. Madrid: Síntesis;2015.280 p.
 14. Ortega Ruiz R, Córdoba Alcaide F. El Modelo Construir la Convivencia para prevenir el acoso y el ciberacoso escolar. Innovación Educ. [Internet]2017[Consultado 17 feb 2019] ;(27):19-32. Disponible en: www.usc.es/revistas/index.php/ie/article/download/4287/4625

15. Forsyth K. Salamy M., Kielhofner G., Manual del Usuario de Evaluación de las Habilidades de Comunicación e Interacción (ACIS). Chicago: University of Illinois: 1998.
16. Avilés Martínez J. M. Bullying: intimidación y maltrato entre el alumnado. Bilbao: Stee-Eilas;2003.
17. Garaigordobil Landazabal M. Evaluación del programa "Dando pasos hacia la paz Bakerako Urratsak" Informe de la investigación.[Internet]. Vitoria-Gasteiz: Universidad del País Vasco; 2009. Disponible en: <https://www.argia.eus/fitx/bestelakoak/bakerako-urratsak.pdf>
18. Espelage D. L., Swearer S. M. Bullying in American Schools. A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates; 2008. 472 p.
19. Mendoza González Brenda, Maldonado Ramírez Victoria. Acoso escolar y habilidades sociales en el alumnado de educación básica. CIENCIA ergo-sum [Internet].2017 [Consultado 29 may 2019]; 24 (2): 109-16. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6046440>
20. Méndez I, Cerezo F. Bullying y factores de riesgo para la salud en estudiantes de secundaria. Eur J Educ Psychol [Internet]. 2018[Consultado 29 may 2019];3(2):209. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3337770>
21. Murphy William P. Scott Yaruss J. QRW. Enhancing treatment for school-age children who stutter: II. Reducing bullying through role-playing and self-disclosure. J Fluency Disord.[Internet] 2007[Consultado 31 may 2019]; 32 (2): 139-62. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0094730X07000150?via%3Dihub>
22. Contini N. Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual. Psicodebate. [Internet].2015 [Consultado 1 de jun 2019] 15 (2): 31-54. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5645294.pdf>
23. Paredes M. T., Alvarez M., Lega L., Vernonn A. Estudio exploratorio sobre el fenómeno del "Bullying" en la ciudad de Cali, Colombia. Rev.latinoam.cienc.soc.niñez juv [Internet]2008[Consultado 1 de jun 2019] 6(1): 295-317. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v6n1/v6n1a10.pdf>

8. ANEXOS

ANEXO I

Sra. directora del Colegio Hijas de San José,

El presente escrito tiene por objetivo exponer los distintos puntos que es necesario darles a conocer con respecto a mi intención de realizar el Trabajo Fin de Grado cuyo título es “Prevención del acoso escolar desde Terapia Ocupacional a través del uso de las habilidades sociales”. Mi interés en hacerlo en este colegio está dado principalmente porque soy una alumna egresada del mismo.

Pretendo crear un programa de intervención en el colegio, que tendrá por título “Papel de la Terapia Ocupacional en la mejora de la convivencia escolar, utilizando como herramienta el desempeño en las habilidades sociales del estudiante” cuyo objetivo es promover un mayor aprendizaje socioemocional en los alumnos para generar un entorno escolar positivo.

Para llevar a cabo dicha intervención pretendo seleccionar, teniendo como base principal el criterio de ustedes como institución educativa, a una muestra representativa de alumnos de los tres primeros cursos de Educación Secundaria Obligatoria (de 12 a 15 años). Estoy interesada en que estas sean las características de la muestra para poder obtener resultados más claros para mi plan de intervención.

Cabe resaltar que los datos personales de los alumnos participantes en el programa que les planteo serán estrictamente confidenciales y en ningún momento sus identidades serán reveladas a terceros o en situaciones ajenas al entorno educativo. La participación de los alumnos se verá condicionada por su decisión propia y la decisión de sus padres de firmar el consentimiento informado que adjuntaré a este escrito.

La intervención, a priori, planeo llevarla a cabo de la siguiente manera:

1. Selección de participantes del grupo (De acuerdo a los criterios de inclusión comentados anteriormente)
2. Recolección de características socioculturales de miembros de grupo (edad, etnia, género, curso...)
3. Obtención y registro de información a través de métodos de evaluación estructurados o no estructurados
4. Planificación del programa
5. Diseño y organización del programa
6. Implementación del programa *
7. Evaluación de programa y encuesta de satisfacción de terapia ocupacional

*La implementación del programa será llevada a cabo por sesiones cuyo número y fechas se acordará junto con el personal del centro educativo.

Cada uno de los puntos expuestos anteriormente, se realizarían en fechas y horas concretadas junto con ustedes para no alterar los horarios o el curriculum escolar.

Y, por último, destaco que las actividades que se vayan a realizar en la implementación del programa irán en concordancia con los objetivos de la evaluación inicial y antes de ponerlas en práctica, serán expuestas tanto a ustedes como a los alumnos para conocer su conformidad con las mismas.

El programa constará de 8 sesiones (2 sesiones por semana durante 4 semanas) con una duración aproximada de 45 minutos en el horario del recreo. Adjunto a este documento hago una propuesta de organización de fechas para cada una de las partes de la intervención.

Gracias de antemano,

Rosa Acuña Escartin

ANEXO II

Estimados padres de familia,

Como estudiante de cuarto de carrera de Terapia Ocupacional de la Universidad de Zaragoza, estoy interesada en llevar a cabo un programa de intervención en el Colegio Hijas de San José cuyo título será: “Papel de la Terapia Ocupacional en la mejora de la convivencia escolar, utilizando como herramienta el desempeño en las habilidades sociales del estudiante”. El objetivo es promover un mayor aprendizaje socioemocional en los alumnos para generar un entorno escolar positivo.

Para llevar a cabo dicha intervención pretendo seleccionar a una muestra representativa de alumnos de los tres primeros cursos de Educación Secundaria Obligatoria (de 12 a 15 años). Estoy interesada en que estas sean las características de la muestra para poder obtener resultados más claros para mi plan de intervención.

Cabe resaltar que los datos personales de los alumnos participantes en el programa que les planteo serán estrictamente confidenciales y en ningún momento sus identidades serán reveladas a terceros o en situaciones ajenas al entorno educativo. La participación de los alumnos se verá condicionada por su decisión propia y la decisión de sus padres de firmar el consentimiento informado que adjuntaré a este escrito.

La intervención, a priori, planeo llevarla a cabo de la siguiente manera:

1. Selección de participantes del grupo (De acuerdo a los criterios de inclusión comentados anteriormente)
2. Recolección de características socioculturales de miembros de grupo (edad, etnia, género, curso...)
3. Obtención y registro de información a través de métodos de evaluación estructurados o no estructurados
4. Planificación del programa
5. Diseño y organización del programa
6. Implementación del programa *
7. Evaluación de programa y encuesta de satisfacción de terapia ocupacional

*La implementación del programa será llevada a cabo por sesiones cuyo número y fechas se acordará junto con el personal del centro educativo.

El programa constará de 8 sesiones (2 sesiones por semana durante 4 semanas) con una duración aproximada de 30-45 minutos en el horario del recreo desde finales de febrero hasta principios de abril (fechas a concretar).

Finalmente añado que la participación de los alumnos en dicho programa es voluntaria y pueden decidir retirarse del mismo cuando ellos lo consideren.

A continuación, adjunto el consentimiento informado que ustedes pueden rellenar si autorizan a sus hijos a formar parte del programa, teniendo en cuenta la información explicada previamente.

Gracias de antemano por su colaboración,

Rosa Acuña Escartín

Consentimiento informado

“MEJORA DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR”

Yo,, con DNI tutor/a legal de

He leído la hoja de información que se me ha entregado,

He podido hacer preguntas sobre el estudio,

He recibido suficiente información sobre el estudio.

Comprendo que la participación es voluntaria,

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

1. Cuando quiera.
 2. Sin tener que dar explicaciones.
 3. Sin que esto repercuta en mis cuidados o atención sanitaria.
- Presto libremente mi conformidad para participar en el estudio.

En Zaragoza a de de 2019

ANEXO III: Diagrama de Gantt

[illegible]

ANEXO IV

ACIS Hoja de Puntuación

Cliente: _____	Examinador: _____
Situación observada: _____	Edad: _____
Sexo: _____	Diagnóstico: _____
Adaptaciones: _____	Internado: Ambulatorio: _____
Raza: _____	

COMPETENTE (4)	Desempeño competente que apoya el rendimiento de la comunicación/interacción y conlleva a resultados positivos en la interacción personal/grupal. El examinador no observa evidencia de déficit.
CUESTIONABLE (3)	Desempeño cuestionable que da lugar a riesgo en rendimiento de la comunicación/interacción y conlleva a resultados inciertos de interacción interpersonal/grupal. El examinador cuestiona la presencia de déficit.
INEFECTIVO (2)	Desempeño inefectivo que interfiere rendimiento de la comunicación/interacción y conlleva a resultados indeseables de interacción interpersonal/grupal. El examinador observa déficit leve a moderado.
DÉFICIT (1)	Déficit en el desempeño impide el rendimiento de la comunicación/interacción y conlleva a resultados de interacción personal grupal inaceptable. El examinador observa un déficit severo (riesgo de daño, peligro, provocación o quiebre de la interacción grupal).

Dominio Físico (Corporalidad)					Comentarios:				
SE CONTACTA	4	3	2	1	4	3	2	1	
CONTEMPLA	4	3	2	1	4	3	2	1	
GESTICULA	4	3	2	1	4	3	2	1	
MANIOBRA	4	3	2	1	4	3	2	1	
SE ORIENTA	4	3	2	1	4	3	2	1	
SE POSICIONA	4	3	2	1	4	3	2	1	

Intercambio de Información					Comentarios:				
ARTICULA	4	3	2	1	4	3	2	1	
ES ASERTIVO	4	3	2	1	4	3	2	1	
PREGUNTA	4	3	2	1	4	3	2	1	
SE INVOLUCRA	4	3	2	1	4	3	2	1	
HABLA	4	3	2	1	4	3	2	1	
SOSTIENE	4	3	2	1	4	3	2	1	
COMPARTE	4	3	2	1	4	3	2	1	
SE EXPRESA	4	3	2	1	4	3	2	1	
MODULA	4	3	2	1	4	3	2	1	

Relaciones					Comentarios:				
COLABORA	4	3	2	1	4	3	2	1	
CUMPLE	4	3	2	1	4	3	2	1	
SE CENTRA	4	3	2	1	4	3	2	1	
SE RELACIONA	4	3	2	1	4	3	2	1	
RESPETA	4	3	2	1	4	3	2	1	

ANEXO V

Lista de chequeo: Mi vida en la escuela (Arora, 1991)

Curso:

Edad:

Sexo:

Lee las situaciones que se describen en las frases e informa con qué frecuencia (nunca, alguna vez, más de una vez) durante este último mes te ha pasado a ti lo que dice en las frases en el colegio/instituto marcando con una cruz la respuesta que elijas para cada frase.

Durante esta semana en el colegio algún chico o chica:	NUNCA	ALGUNA VEZ	MÁS DE UNA VEZ
1. Me ha dicho motes			
2. Me ha dicho algo bonito			
3. Fue malintencionado/a con mi familia			
4. Fue muy amable conmigo			
5. Fue desagradable porque yo soy diferente			
6. Me dio un regalo			
7. Me dijeron que me darían una paliza			
8. Intentó que le diera dinero			
9. Intentó asustarme			
10. Me hizo una pregunta tonta			
11. Me ha prestado alguna cosa			
12. Me hizo una broma			
13. Me dijo una mentira			
14. Una pandilla se metió conmigo			
15. Me ha sonreído			
16. Intentó meterme en problemas			
17. Me ayudó con mi trabajo			
18. Me hizo hacer algo que no quería hacer			
19. Ha sido grosero/a acerca del color de mi piel			
20. Jugó conmigo			
21. Trataron de romperme algo mío			

ANEXO VI

AECS. Actitudes y estrategias cognitivas sociales (Moraleta, González y García-Gallo, 1998/2004)

A continuación vas a encontrar una serie de frases que expresan modo típicos de pensar o sentir de los chicos y chicas de tu edad. Léelas con atención y escribe el número que coincida con la respuesta elegida. Tu respuesta debe ser:

1	si lo que dice la frase	No se da nada en ti
2	si lo que dice la frase	Se da raras veces en ti
3	si lo que dice la frase	Se da poco en ti
4	si lo que dice la frase	Se da alguna vez en ti
5	si lo que dice la frase	Se da a menudo en ti
6	si lo que dice la frase	Se da bastante en ti
7	si lo que dice la frase	Se da muchísimo en ti

1 Nada	2 Raras veces	3 Poco	4 Alguna vez	5 A menudo	6 Bastante	7 Muchísimo
No me agrada molestar a los compañeros cuando trabajan (metiendo ruido, hablando, alborotando, etc.)						
Nunca cogería algo que no es mío (juegos, material de trabajo, dinero, etc.), aunque lo necesitase y nadie se diera cuenta de ello.						
Cuando tengo que hacer uso de cosas que son comunes (lavabos, urinarios, material deportivo, libros, etc.) procuro dejarlo en buen estado pensando en los demás						
No suelo tener problemas en aceptar y cumplir las normas por las que nos regimos en mi casa, pues pienso que están hechas para favorecer la convivencia y el bien de todos						
Me gusta ayudar en las faenas de casa, pues pienso que no es justo desentenderse de ellas para que otros las hagan por mí.						
Respeto las cosas de mis compañeros y trato de no estropearlas						
No necesito que me recuerden mis obligaciones, pues pienso que soy una persona bastante responsable						
Trato siempre con respeto a las personas con autoridad (directores, encargados, profesores...)						
Suelo decir siempre la verdad, aunque me vea en apuros o me vaya a traer malas consecuencias						
CON:						

1	2	3	4	5	6	7
Nada	Raras veces	Poco	Alguna vez	A menudo	Bastante	Muchísimo
Cuando un compañero viene a mi contándome algo desagradable que le ha pasado, me gusta escucharle y tratar de comprenderle						
Aprecio a todos mis compañeros a pesar de sus defectos						
Si me doy cuenta de que alguien está triste, me agrada acercarme a él y comprender sus sentimientos						
Cuando un compañero ha triunfado en algo, me gusta participar de su alegría y felicitarle						
Cuando a un compañero le ha ocurrido una desgracia o ha fracasado lo siento como si me hubiera ocurrido a mí						
Cuando hablas con las personas e intimas con las personas, descubres muchas cosas en ellas, valores que ni habías sospechado						
Me siento bien cuando estoy con mis compañeros						
Pienso que hay que ser fiel a los amigos por encima de las contrariedades (dificultades que puedan surgir)						
SEN:						
1	2	3	4	5	6	7
Nada	Raras veces	Poco	Alguna vez	A menudo	Bastante	Muchísimo
Me gusta ser generoso con los demás y prestarles mis cosas si es que lo necesitan						
Siento placer en felicitar y animar a mis compañeros cuando les sale bien algo en su trabajo						
Suelo mostrar inclinación a animar a mis compañeros a superar sus dificultades						
Aunque esté ocupado en mis cosas, no dudo en dedicar mi tiempo a los demás cuando me piden ayuda						
Cuando se organizan actividades o tareas en clase me agrada ofrecerme voluntario para participar						
Me parece razonable que, al tomar una decisión que afecta a varios, cedamos todos un poco para que sea a gusto de la mayoría						
Cuando juego en equipo no me gusta ser individualista y preocuparme solo de mis cosas						
Cuando trabajo en equipo me preocupo de los compañeros que se quedan atrás en su trabajo para ayudarles						
Creo natural que las soluciones que han de comprometer a los miembros de un grupo se tomen entre todos						
Acepto las decisiones de la mayoría y procuro no ser individualista						
AC:						

1 Nada	2 Raras veces	3 Poco	4 Alguna vez	5 A menudo	6 Bastante	7 Muchísimo
Suelo protestar de palabra o de hecho cuando me mandan algo						
Tiendo a amenazar a los demás, a intimidarles						
Si creo que tengo razón soy inflexible, aunque todos los demás opinen lo contrario						
Tiendo a criticar a los demás y sus ideas si son distintas de las mías						
Cuando se me mete algo en la cabeza, trato por todos los medios de realizarlo						
No me gusta ceder en nada si estoy convencido de que tengo razón						
Cuando un compañero me hace sombra, no dudo en acusarle o hablar a los demás de sus defectos para disminuir sus méritos						
A veces me gusta hacer comentarios rencorosos y murmuraciones maliciosas de aquellos que triunfan en algo						
AGR:						

ANEXO VII

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN DEL PROGRAMA “ MEJORA DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR”

Responde lo más sinceramente posible a las siguientes cuestiones acerca del programa de terapia ocupacional.

Edad _____ Curso _____

	Casi siempre (90%)	La mayor parte del tiempo (75%)	Ocasionalmente (25%)	Casi nunca (10%)
¿Cómo te has sentido?				
Me he sentido respetado/a y escuchado/a por parte de la terapeuta.				
Me he sentido respetado por mis compañeros.				

	Casi todas	Más de la mitad	La mitad	Menos de la mitad	Ninguna
¿Qué opinas de las sesiones?					
Me han parecido interesantes/divertidas las sesiones					
Las sesiones han sido como esperaba al principio del programa.					

	SI	NO
¿Qué has aprendido?		
Sé definir la palabra <i>bullying</i>		
Soy capaz de diferenciar los diferentes participantes del <i>bullying</i>		
Conozco las soluciones que puedo aportar en una situación de <i>bullying</i>		
Opinión general del programa		
Creo que lo que he aprendido me va a servir en mi vida diaria		
Si se volviese a llevar a cabo el programa lo recomendaría a mis amigos, conocidos...		

10. Me he sentido incómodo en algún momento de las sesiones. Si la respuesta es sí, anota en cual:

11. Todavía hay cosas que no entiendo acerca del tema del *bullying*. Si la respuesta es sí, anota el qué:

12. La sesión que más me ha gustado es:

13. La sesión que menos me ha gustado es:

Fuente: Elaboración propia

ANEXO VIII

SESIÓN 1: ASÍ SOMOS	
Duración: 45 minutos	
Objetivo general: Conocer y tener un primer contacto con los compañeros.	Objetivos específicos: -Conocer las expectativas que tienen con el programa. -Llevar a cabo las evaluaciones iniciales de los estudiantes.
Conceptos clave: Autoevaluación, autocrítica, pertenencia al grupo	
Actividad: En primer lugar, se proyectará una presentación de PowerPoint donde se exponga brevemente en qué va a consistir el programa, para qué es y su papel en el mismo. Como actividad inicial, realizaremos una breve presentación de cada uno de los miembros que participaremos en el programa diciendo nuestros intereses, hobbies, etc.	
Evaluación → Listado de chequeo: Mi vida en la escuela → Actitudes y estrategias cognitivas sociales (AECS)	
Realizaremos dos dinámicas de introducción al grupo: 1) Juego del barco: Se juntarán en una fila varias sillas de clase en la que los chicos se tienen que organizar de acuerdo a diferentes comandas (según la edad, según la altura, según el mes de nacimiento) y la persona que altere el orden de la "tripulación" del barco quedará eliminado. 2) Cuéntame tu historia: Se elige un tema. Uno del grupo comienza una historia relacionada con dicho tema y los demás, de forma consecutiva, la continúan. Debe hacerse lo más rápido posible. El orden de intervención es secuencial. Se puede realizar tanto todo el grupo junto como dividiendo al grupo en dos, siendo el ganador, el equipo que menos le cueste contar la historia hasta el final.	
Materiales: Proyector, ordenador, lápiz, folios	

SESIÓN 2: ENTRANDO EN MATERIA DE CONVIVENCIA ESCOLAR	
Duración: 45 minutos	
Objetivo general: Dar a conocer a los alumnos los términos de convivencia y las cuestiones que preocupan actualmente a la comunidad educativa.	Objetivos específicos: -Realizar las evaluaciones pertinentes para llevar a cabo el programa de intervención. -Explicar a los alumnos los términos de convivencia escolar y los agentes que la alteran (acoso e intimidación).
Conceptos clave: Convivencia escolar, actitudes para mejorar la convivencia, normas sociales.	
Actividad: Para iniciar la sesión se proyectará un video titulado "For the birds" en el que se ve reflejada la importancia de aceptar las diferencias y no prejuzgar a los demás por mucho que sus características o creencias disten de las propias. Posteriormente analizaremos el video con una pequeña reflexión donde cada uno de los estudiantes da su opinión acerca de lo que les transmitió dicho video. Finalmente, realizaremos el juego del "presidente por un día" en el que cada uno propondrá una norma de convivencia en el caso de que pudiese aplicar una en el colegio. Se juntarán en una bolsa todas las normas escritas en post-its y las iremos leyendo una por una para ver cuál creemos más adecuada y finalmente solo una de las normas saldrá elegida y una sola persona será elegido presidente. Comentaremos lo que trataremos en la próxima sesión, en la cual haremos una introducción al tema del acoso escolar.	
Materiales: Proyector, ordenador, lápiz, post-its de colores.	

SESIÓN 3: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS E INTRODUCCIÓN AL ACOSO ESCOLAR

Duración: 45 minutos

Objetivo general:

Orientar a los estudiantes en diferentes estrategias de resolución de conflictos tanto en el aula como en todo el ámbito escolar.

Objetivos específicos:

- Reflexionar sobre los propios comportamientos y su repercusión en nuestras relaciones sociales.
- Conocer los puntos de vista y distintas formas de resolver un conflicto.

Conceptos clave: Resolución de conflictos escolares, estrategias de resolución de conflictos, terminología acoso escolar, empatía.

Actividad:

Role-playing

Se sortearán varias historias en las que los alumnos tienen que representar diferentes conflictos tanto de la vida diaria como propios del entorno escolar y dependiendo lo que les toque tendrán que escoger el vestuario con el que consideran que pueden caracterizar a los personajes de su historia y tendrán 5 minutos para prepararlo y llevar a cabo un role-playing.

Finalmente se escogerá el mejor "role-playing" tanto por su contenido como por la actuación de los participantes.

Introducción al acoso escolar

A propósito de las historias previas representadas en el role-playing, esta nos servirá de antesala para introducir el tema del acoso escolar que es un conflicto que preocupa al entorno escolar actual. Se preguntará a los chicos qué piensan que es el concepto de bullying y a continuación se proyectarán diapositivas explicándolo y sus diferentes causas.

Materiales:

Proyector, ordenador, vestuario para caracterización (pelucas, bufandas, gafas...)

SESIÓN 4: TRIÁNGULO DEL BULLYING

Duración: 30 minutos

Objetivo general:

-Conocer los participantes principales en las situaciones del bullying.

Objetivos específicos:

- Invitar a los estudiantes a reflexionar acerca del rol de cada actor del bullying.
- Poner en práctica los conceptos aprendidos en dinámicas.
- Ayudar a los estudiantes a reconocer las diferentes actuaciones que se pueden tener frente al bullying (sumisión, agresión, asertividad).

Conceptos clave: bullying, fenómeno bullying, actores del bullying, roles y actitudes frente a los compañeros, bullies, víctimas y espectadores.

Actividad:

Al perfil del acosador o bullie le gusta tomar sus propias decisiones tanto por el mismo como por el grupo, no le gusta que nadie más que el ponga las reglas. ¿Pero qué pasaría si esto cambiara?

En la actividad de esta sesión analizaremos qué pasaría si las reglas cambiaran y la víctima o víctimas del bullying decidan no acatar dichas normas o reglas a través de una dinámica que consistirá en:

- 1) Leer en grupo una historia donde se comenta un caso en el que se pone de manifiesto una situación de bullying.
- 2) Exponer a los chicos diversas posibles actuaciones de los diferentes actores de la situación de bullying.

Situación:

Carmen no entendía por qué Paula estaba tan rara de repente. Ellas solían ser mejores amigas, pero ahora Paula apenas le hablaba. Incluso Carmen sabía que Paula hablaba de ella porque veía susurrando con sus nuevos amigos en diferentes ocasiones. Ayer durante el partido de fútbol, ninguna de las chicas le pasó la pelota a Carmen y el entrenador no parecía darse cuenta de la situación. Carmen se enteró más tarde de que Paula había pedido a todas que no le pasaran la pelota. A Paula le parecía divertido hacerlo.

- a) ¿Quién es el bullie? ¿Quién es la víctima? ¿Quién/es son los espectadores? ¿Son niños o adultos?
- b) ¿Qué pasaría si...
 - ❖ Carmen se dirigiese a Paula a pegarle cuando se enteró de lo que hizo
 - ❖ Las otras chicas no hubiesen susurrado cosas de Carmen
 - ❖ Una de las otras chicas hubiese pasado el balón a Carmen
- c) Propón una solución asertiva para Paula, una para las amigas y otra para Carmen, según el personaje que te corresponda aleatoriamente.

Materiales: Proyector, ordenador

SESIÓN 5: CYBERBULLYING

Duración: 45 minutos

Objetivo general:

Conseguir que los alumnos sean capaces de reconocer una situación de acoso cibernético que los implique directa o indirectamente.

Objetivos específicos:

- Poner en práctica de manera didáctica las habilidades necesarias para diferenciar las situaciones violentas de las amistosas en las redes sociales.
- Puesta en común de opiniones y puntos de vista con respecto al material audiovisual expuesto.
- Concienciar a los alumnos de las desventajas que pueden existir en el uso inadecuado de internet.

Conceptos clave: cyberbullying, acoso, medidas preventivas, detección de cyberbullying

Actividad 1:

En esta actividad realizamos una presentación inicial en PowerPoint acerca de la definición de cyberbullying y las diferencias de este con el bullying. A continuación, se realizará el visionado de un video titulado "Las etiquetas" y expondremos nuestras opiniones y puntos de vista acerca del mismo.

Actividad 2:

En esta segunda actividad se realizará una dinámica leyendo una historieta donde se exponen los diferentes riesgos a los que se expone una persona cuando utiliza el internet, las redes sociales... que tienen como objetivo concienciar a los alumnos de la importancia de estar alerta ante la información que se comparte en internet y el uso que se le da a este.

Materiales: Proyector, ordenador

SESIÓN 6: "RACISMO Y SEXISMO EN EL ENTORNO ESCOLAR"

Duración: 40 minutos

Objetivo general:

- Promover comportamientos de aceptación y respeto hacia las diferencias interpersonales de los alumnos.

Objetivos específicos:

- Llevar a cabo actividades que favorezcan la comprensión de la segregación social por motivos de género o raza
- Generar oportunidades de análisis de la situación de las minorías sociales.
- Reconocer situaciones en las que pueda manifestarse el sexismo en el entorno escolar.

Conceptos clave: Diferencias sociales, segregación de grupos sociales, aceptación de las diferencias, concepto de igualdad, discriminación por género

Actividad 1:

Pedir a los alumnos que se coloquen en una fila y se les colocará a cada uno un gomets de un color distinto en la frente para que en cuanto se les de la orden de buscar entre ellos a los compañeros con quien compartan el mismo color de gomets en un tiempo determinado (10 segundos) se agrupen en "grupos por colores".

Pese a que la mayoría de los gomets se les colocaran a los alumnos por colores repetidos, de forma que puedan agruparse, habrá un par de personas que lleven gomets que les haga muy difícil agruparse con el resto de compañeros porque su gomets no coincide con ninguno en color.

A través de esto se pretende que los alumnos comprendan que no somos iguales unos a otros pero la clave de una convivencia sana y positiva en nuestro entorno escolar y en cualquiera de las situaciones de la vida es aceptar que existen diferencias.

Actividad 2:

Se leerá un relato de la autora Almudena Grandes donde se les pide a los chicos que lean un texto poniéndole el nombre que quieran a su protagonista y a continuación se realizarán una serie de preguntas relacionadas con las atribuciones de determinadas obligaciones a los géneros de hombre o mujer y se extrapolará a situaciones similares vividas en el entorno escolar.

Materiales: Gomets de colores, ordenador, proyector

SESIÓN 7: "MI ASERTIVIDAD"	
Duración: 40 minutos	
Objetivo general: Conseguir la adquisición del concepto de asertividad, por parte del alumnado.	Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar los conocimientos obtenidos a lo largo del programa para aplicarlos en un comportamiento asertivo. - Entrenar al alumnado en los posibles tipos de respuesta ante una situación problema: asertiva, pasiva o agresiva.
Conceptos clave: Asertividad, habilidades sociales, inteligencia emocional	
<p>Actividad 1: Cuando los alumnos entraron al aula, había folios puestos en sus mesas con frases motivadoras y otras negativas relacionadas con la época de exámenes. El propósito era que cuando ellos vieran dicha frase, mostraran una expresión u otra. Posteriormente se les preguntó si les gustó la frase y cada uno expresó lo que había sentido.</p> <p>Se realizó esta dinámica para que se dieran cuenta que el tipo de respuesta que damos ante una situación determinada puede influir mucho en el tipo de relaciones que mantengamos con los demás.</p> <p>Actividad 2: Tras proyectarles un vídeo relacionado con la asertividad y la comunicación asertiva. A continuación, se les pregunta: ¿Tenéis claro lo que es el concepto de asertividad? ¿Creéis que hay una respuesta mejor que otra? ¿Entre la pasiva y la agresiva, cual creéis que es más correcta? ¿Crees que es posible expresar lo mismo, pero de forma que no hiera a los demás?</p> <p>Actividad 3: Se les presentará una lista de frases escritas de forma agresiva y se les pedirá que las conviertan a asertiva o pasiva. Esta dinámica será útil para conocer si los participantes adoptan una postura pasiva o asertiva al expresar sus ideas a los demás.</p>	
Materiales: Proyector, ordenador, folios de colores.	

SESIÓN 8: "REEVALUACIÓN Y ENCUESTA DE SATISFACCIÓN"	
Duración: 40 minutos	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Reevaluar al alumnado, a través de los instrumentos utilizados por el programa - Evaluar la satisfacción y algunos de los conocimientos adquiridos por los participantes - Comentar en grupo las percepciones finales del programa, opiniones, ideas a mejorar, etc. 	
Conceptos clave: Asertividad, habilidades sociales, inteligencia emocional	
<p>Actividad 1: Se reevalúa a los participantes a través de los siguientes instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Listado de chequeo: Mi vida en la escuela • Actitudes y estrategias cognitivas sociales (AECS) <p>Para evaluar la satisfacción con el programa, se utilizó una encuesta de satisfacción de elaboración propia.</p> <p>Actividad 2: Finalmente, comentamos verbalmente junto con los participantes, sus opiniones acerca del programa, lo que mejorarían, lo que más destacan, etc.</p>	
Materiales: Proyector, ordenador, folios de colores.	